

多良見 伊木力 公民館だより8月号

（令和８年７月１７日発行）

多良見公民館（４３）００４９・伊木力公民館（４４）１００２

公民館講座のご案内

〈子どもの講座〉

伊木力

子ども映画会

アニメ作品を上映します。

日時：８月７日（金）９時半～１１時半
場所：多良見多目的研修館
募集：小学生、幼児（保護者同伴）７０名
参加費：無料　＊当日参加可

多良見

夏休み子ども講座 ラジオを作ろう！

電波についての学びのあとラジオをつくります。チューニングして実際に聞いてみよう！

日時：８月１８日（火）１０時～１２時
場所：たらみ会館
講師：県電波適正利用推進員協議会
募集：小学４年生～６年生１５名
参加費：無料　締切り：８月７日（金）

伊木力

英語であそぼう会

英語の読み聞かせと、英語の遊びを楽しもう！

日時：８月２１日（金）９時半～１１時半
場所：多良見多目的研修館
講師：公民館職員
募集：小学生３０名　参加費：無料
締切り：８月１７日（月）

〈乳幼児・大人の講座〉

公民館×子育てサロンどーなっつくらぶ

多良見

親子のふれあい わらべうた

乳幼児親子の皆さん、遊びに来てね！

日時：７月３０日（木）１０時～１２時
場所：たらみ会館　　募集：乳幼児親子
講師：田中洋子さん
前日までに公民館にお知らせください。

多良見

ダイエット初心者必見！ 痩せ習慣で健康貯筋（ちょきん）

いくつになっても健康な体作り。自宅でできるトレーニングを学びます。

日時：①８月１８日（火）②８月２７日（木）
１４時～１６時　　①、②いずれか
場所：たらみ会館　募集：成人各２０名
講師：中原　亮さん　　参加費：無料
締切り：８月７日（金）

多良見

明生教室第３回 響け！諫早天満太鼓

子どもたちが打つ勇壮な太鼓の響きと、設立３５年の歩みを指導者に聞きます。

日時：８月２５日（火）１０時～１２時
場所：たらみ会館　募集：高齢者５０名
講師：諫早天満太鼓
参加費：無料　締切り：８月１７日（月）

いよいよ夏本番‼　熱中症にならないための予防ができているか☑してみましょう。



□エアコン・扇風機を上手に使用している。　□部屋の温度・湿度を測っている。　□部屋の風通しを良くしている。　□こまめに水分・塩分を補給している。　□シャワーやタオルで体を冷やす。　□暑い時は無理をしない。　□外出時には日傘や帽子を利用する。　□緊急時・困ったときの連絡先を記入している。



６月の講座報告

6/16（火）
多良見公民館
指先から美しく
ハンドマッサージ

多くの申し込みをいただきました。抽選で選ばれた10名の受講者は手指の運動やほぐし方を教わったあと、一人ひとり講師からマッサージを受け、力加減などを教わりました。





6/21（日）
伊木力公民館
お父さんを笑顔にさせる
クッキング

子どもたちがタコスとじゃがちゃん作りに挑戦！野菜を洗ったり、生地と肉をフライパンで焼いたり、衣をつけたり…さまざまな工程に協力して取り組み、美味しくできあがりました。





6/23（火）
多良見公民館
明生教室①
あなたをねらうニセ電話詐欺

「自分は大丈夫」は危険。年々手口が巧妙になる特殊詐欺。受講者の皆さんはしっかり学ばれていらっしゃいました。おかしいと思ったら家族や消費生活センターに相談を！





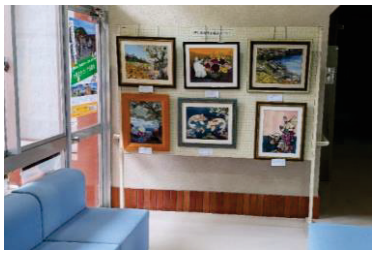
伊木力地区のサークル紹介

伊木力出張所の隣の建物、多良見多目的研修館で活動している自主サークルを紹介します。

押し花会

毎月第1、第3火曜日の午後7時から10時まで、押し花による作品を作っています。和気あいあいとした会員5名のグループです。

多良見多目的研修館ロビーにて作品展示中です！ぜひ野の花の美しさをご鑑賞ください。





講座を開催します！

お申し込みは８/17（月）〆切
伊木力公民館℡44-1002まで

押し花講座

色とりどりのきれいな押し花で栞またはコースターを作ります。

日時：8/23（日）14時～16時
場所：多良見多目的研修館
対象：小学生以上どなたでも
材料費：200円　定員10名程度
持参品：ピンセット（あれば）

QRコードからも申込できます

多良見地域 夏まつり

喜々津夏まつり
8/7（金）17:30~21:30

大草夏祭り
8/8（土）17:00~21:30

伊木力・元釜夏まつり
8/13（木）17:00~21:00

